No.81 / ENERO 2014

dejatVer

la revista

¿COMÓ VIVE MORELIA LA NAVIDAD?

Torneo del Pavo

Ejemplar de Cortesía / Prohibida su venta

Descuentos
por pronto pago
en tu predial

20%
si eres mayor
de 65 años

10%
pagando en enero

5%
pagando en febrero

impuesto
pagado
=
servicio
mejorado

morelia
SUMA DE VOLUNTADES
morelia.gob.mx

Enero 2014

dejatVer

PÁG 4
Chon Orihuela

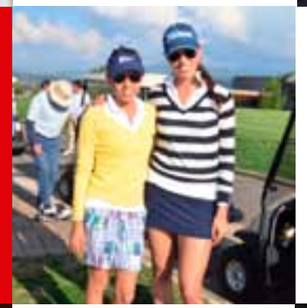
PÁG 8
Año Nuevo
Cuerpo Nuevo

PÁG 20
Cómo hablar a los hijos
de la muerte

PÁG 26
BPG

PÁG 32
Torneo del pavo 2013

PÁG 36
Udem



PÁG 38
De Viaje

PÁG 40
Bares

PÁG 44
Brasil 2014

PÁG 46
Eventos Altozano

PÁG 48
Dando el Roll

PÁG 50
Invitados Noticiero
Al Momento 91.5

Colaborador Diseño: Alma Galinzoga Alvarez
Mary Luz Regalado E.

Colaborador Fotografía: Marco Alcantar
Mary Luz Regalado E.

DEJATVER: Avenida Acueducto 687 Esquina Lacas de Uruapan. Col. Vasco de Quiroga. Morelia, Michoacán C. P. 58230. REGISTRO EN TRÁMITE. Ventas: 443.314.11.77 contacto@revistadejatver.com Los reportajes y entrevistas son responsabilidad de los autores.SE PROHIBE LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE ESTA REVISTA, A TRAVÉS DE MEDIOS ELECTRÓNICOS O MECÁNICOS SIN PREVIA AUTORIZACIÓN. **www.revistadejatver.com**

EDITORIAL
grupo MARMOR

ARTÍCULO

MENOS GUITARRAS Y MÁS SINTETIZADORES

NOS OFRECE DU FRANCIS LE POLE ESTE 2014.

Emerich Ramírez (Mejor conocido como Du Francis Le Pole) rompe el silencio e invita nuestros oídos a adentrarse en un trance espiritual. Una mezcla de indie rock , beats electrónicos, y una suculenta dosis de buenos y dinámicos sintetizadores que nos pondrán a bailar con su nuevo album "Electroacosmic".

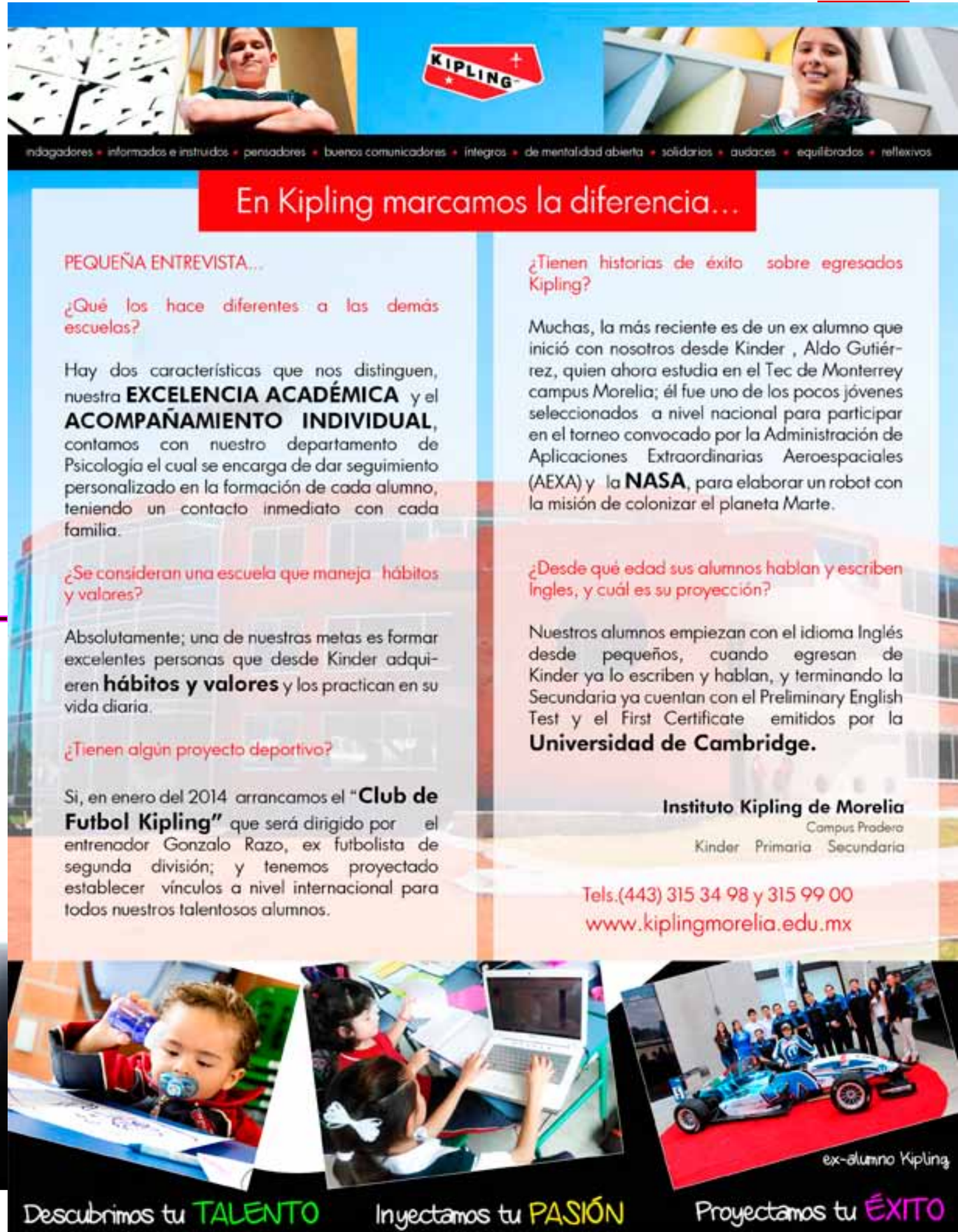
Electric / Rock / Progressive Electro Rock

NEPTUNE es una banda Mexicana de rock alternativo originaria de Morelia, Michoacán. Fué creada en el año 2008, con una trayectoría de formación como músico - compositor desde los 90´s por Emerich Ramírez (voz, guitarra, sintetizadores, piano e instrumentación). Tras el lanzamiento de su primer demo, distintos bateristas percusionistas y otros músicos interesados en el proyecto han colaborado para la grabación de la instrumentación y presentaciones en vivo, haciéndose cargo de baterías acústicas, samplers electrónicos, bajos y guitarras. Neptune es conocido por sus sonidos electrónicos, por fusionar géneros musicales como el rock espacial, rock progresivo, música clásica y electrónica, en su estilo de rock alternativo, y por los intereses de Emerich en el apocalipsis, la decadencia humana, los viajes estelares y otros temas que se ven reflejadosen sus letras.

En 2011 NEPTUNE grabó su primer Demo, lanzando como primer sencillo al "Captain Xploding Star", single que denota en primer instancia el género y corriente musical que caracteriza al grupo.

Parte de la presencia de NEPTUNE reside no solamente en la gran capacidad interpretativa y compositiva de los integrantes que la han conformado, pues además es una banda conocida por abarcar y mezclar diversos géneros y corrientes musicales. Sus influencias originales incluyen artistas como Nirvana, Rage Against The Machine, The strokes, Depetche Mode, The Faint y Daft Punk, además de la influencia de compositores clásicos. Adicionalmente la música latina ha tenido una influencia considerable en el sonido de la banda. Posteriormente la banda ha sido influenciada por agrupaciones como Muse y Queen.

Escúchalos en: http://neptune.bandpage.com


KIPLING
indagadores • informados e instruidos • pensadores • buenos comunicadores • integros • de mentalidad abierta • solidarios • audaces • equilibrados • reflexivos
En Kipling marcamos la diferencia...
PEQUEÑA ENTREVISTA...
¿Qué los hace diferentes a las demás escuelas?
Hay dos características que nos distinguen, nuestra EXCELENCIA ACADÉMICA y el ACOMPAÑAMIENTO INDIVIDUAL, contamos con nuestro departamento de Psicología el cual se encarga de dar seguimiento personalizado en la formación de cada alumno, teniendo un contacto inmediato con cada familia.
¿Se consideran una escuela que maneja hábitos y valores?
Absolutamente; una de nuestras metas es formar excelentes personas que desde Kinder adquieren hábitos y valores y los practican en su vida diaria.
¿Tienen algún proyecto deportivo?
Si, en enero del 2014 arrancamos el "Club de Futbol Kipling" que será dirigido por el entrenador Gonzalo Razo, ex futbolista de segunda división; y tenemos proyectado establecer vínculos a nivel internacional para todos nuestros talentosos alumnos.
¿Tienen historias de éxito sobre egresados Kipling?
Muchas, la más reciente es de un ex alumno que inició con nosotros desde Kinder , Aldo Gutiérrez, quien ahora estudia en el Tec de Monterrey campus Morelia; él fue uno de los pocos jóvenes seleccionados a nivel nacional para participar en el torneo convocado por la Administración de Aplicaciones Extraordinarias Aeroespaciales (AEXA) y la NASA, para elaborar un robot con la misión de colonizar el planeta Marte.
¿Desde qué edad sus alumnos hablan y escriben Ingles, y cuál es su proyección?
Nuestros alumnos empiezan con el idioma Inglés desde pequeños, cuando egresan de Kinder ya lo escriben y hablan, y terminando la Secundaria ya cuentan con el Preliminary English Test y el First Certificate emitidos por la Universidad de Cambridge.
Instituto Kipling de Morelia
Campus Prodero
Kinder Primaria Secundaria
Tels.(443) 315 34 98 y 315 99 00
www.kiplingmorelia.edu.mx
ex-alumno Kipling
Descubrimos tu TALENTO
Inyectamos tu PASIÓN
Proyectamos tu ÉXITO

CHON ORIHUELA SENADOR

PRIMER INFORME DE ACTIVIDADES

RINDE CHON ORIHUELA SU PRIMER INFORME DE ACTIVIDADES

El pasado 30 de Noviembre en su rendición de cuentas, donde el senador priista estuvo acompañado por el gobernador del Estado Fausto Vallejo Figueroa, el secretario de elecciones del CEN del PRI, Samuel Aguilar Solís, compañeros de su bancada, así como funcionarios federales, estatales, alcalde y representantes de organizaciones civiles; el senador por Michoacán dio a conocer que actualmente Enrique Peña Nieto analiza un punto de acuerdo para impulsar el turismo estatal.
La única manera de ir por el camino correcto es escuchando al ciudadano y hablando su mismo idioma; debatamos, construyamos y realicemos proyectos con la diversidad de opiniones para un Michoacán reconciliado. Hemos apostado por las reformas que se necesitan para alcanzar la prosperidad y el progreso que tanto anhelamos y merecemos, sostuvo el Senador José Ascensión Orihuela Bárcenas.

"Con satisfacción les comparto que actualmente el Ejecutivo Federal analiza un Punto de Acuerdo que propuse y fue aprobado por unanimidad en el Senado, a efecto de establecer una campaña permanente para posicionar a nuestro estado como un destino turístico y cultural de altura". destaco.

Recordó que este compromiso fue adquirido en campaña, por lo que subrayo haber recorrido con la secretaria de Turismo Claudia Ruiz Massieu algunos de los municipios con el objetivo de impulsar una auténtica política de atracción turística.

En este sentido, manifestó que todos los Grupos Parlamentarios coincidieron y se comprometieron a que la artesanía michoacana se difunda y valore en todo México.

De la reforma laboral, Chon Orihuela mencionó que permite la generación de empleos dignos, bien reenumerados y con todas las prestaciones de ley. "un valor agregado a esta reforma, es que nuestros jornaleros agrícolas con quienes me comprometí en campaña y son un gran motor del estado, estarán protegidos para evitar que sus derechos laborales sean vulnerados".

Destaco también la reforma educativa con la cual, de acuerdo con el legislador, quedan prohibidas las cuotas escolares, "estoy convencido que la educación, es la respuesta transversal a todos nuestros problemas y una herramienta eficaz para combatir la pobreza".

Se realizaron, abundo el michoacano, cambios a la Ley Federal de Protección al Consumidor, que prohíbe, sanciona y multa a los bancos y empresas por realizar cobros telefónicos y hacer visitas de cobranza en los hogares a horas inapropiadas, con un lenguaje intimidante y que amenacen a familiares

Tras reconocer la labor de todos los trabajadores de los medio de comunicación, destacó que para protegerlos reformaron las leyes a efecto de mejorar las condiciones para el ejercicio libre y seguro de su profesión.

Recordó que con la aprobación de la reforma hacendaria, a la cual consideró que tiene un amplio sentido social, ya que se recaudaran impuestos de quienes más tienen. El gobierno empleará los recursos en la instrumentación de la Pensión Universal, el Seguro para Madres Jefas de Familia y el Seguro de Desempleo. Aseguró que con esta reforma se beneficia sobre todo a los sectores más vulnerables.

Finalmente el senador michoacano, destacó que ha legislado bajo el principio de justicia y ética frente a los problemas de la sociedad, siempre consciente de que ser Senador de la República representa una alta responsabilidad frente al estado y su gente.

El senador de la República, aseguró que su partido ha sido el que ha propuesto la mejor agenda social y que sus iniciativas van encaminadas a mejorar el país.

Ciento 37
COCINA MEXICANA DE AUTOR

CALZADA MADERO ORIENTE #137 COL. CENTRO C.P. 58000 MORELIA, MICHOACÁN
TEL. 52+ (443) 313 1616 52+ (443) 313 1606
WWW.HOTELCASAMADERO.MX

AÑO NUEVO CUERPO NUEVO

10 tips para alcanzar tu peso ideal y lograr el cuerpo que tanto habías soñado.

Seguro que las fiestas de diciembre no sólo te dejaron muy buenos recuerdos, sino también algunos kilos de más, ¿o no? Para que no te sientas culpable y llegues a tu peso ideal, aquí te dejamos una lista de 10 consejos a seguir. ¿Estás listo para comenzar el reto?

Coma alimentos saludables. En cuanto a la dieta hay que alimentarse más saludable, tomando mejores decisiones con la comida que se selecciona y a la hora que se ingiere. Deben tratar de consumir sus carbohidratos en la mañana y en la noche comer más proteínas, especialmente pescado y comida del mar. También hay que incorporar a cada plato frutas y vegetales.

1 Después de la temporada de fiestas y reuniones, la forma más saludable para perder peso es modificar tus hábitos alimenticios o bien, que regreses a ellos y comiences a practicar ejercicio de forma regular.

2 Realiza de 3 a 5 comidas a lo largo del día. Lo más recomendable es hacer las tres comidas principales y 2 refrigerios entre cada una. Trata de reducir el consumo excesivo de azúcar, grasa y sal, e incluye alimentos ricos en fibra como cereales integrales, frutas con cáscara, verduras frescas y leguminosas.

Muchas personas con sobrepeso piensan que deben de seguir primero una dieta estricta para perder toda la grasa antes de comenzar a hacer ejercicios. Esto es una falsa creencia.

La clave está en comenzar a ejercitarse desde el principio, junto con una dieta. Se sugiere hacer por lo menos una caminata de 15 a 20 minutos por día, hasta que comience a reforzarse el sistema cardiovascular, luego puede hacer calestenia que no sea difícil y que puede realizarla en casa, como abdominales (crunches) o flexiones de pecho (push-ups), y así poco a poco, se ponen más fuertes y en mejor forma, para luego tomar clases en el gimnasio.

3 Es falso que puedes quemar la grasa acumulada durante las vacaciones si te ejercitas durante el primer mes. Para alcanzar tu peso, es necesario que realices modificaciones permanentes en tu estilo de vida, como una alimentación completa, variada y balanceada.

4 Si durante este regreso a las jornadas laborales te sientes sin energía, el mejor tip es que hagas refrigerios a media mañana. Algunos alimentos que recomendamos son: palomitas de maíz, verduras rayadas o picadas con limón, fruta (de preferencia aquellas que no cambien su apariencia o sabor con el tiempo), barras de cereal, yogurt bajo en grasa, almendras, nueces o pistache

Haga algo que le divierta. A mucha gente no le gusta ir al gimnasio porque lo encuentran muy aburrido, o porque no tienen suficiente tiempo, pero si hacen algo que les guste, como tomar clases de salsa, se estarán divirtiendo mientras queman calorías y se ponen en mejor forma física. Esto los motivará a seguir manteniéndose más activos.

ARTÍCULO

Tome jugos verdes. Si siempre toman café o si comen algo muy pesado en la mañana, se les sugiere que cambien el desayuno por un jugo verde que ayuda a eliminar las toxinas del cuerpo y provee los minerales, vitaminas, proteínas y energía que necesita. Un ejemplo de jugo verde es el de col rizada, espinaca, pepino, manzana y jengibre.

5 Toma suficiente agua. Alrededor de 2 litros al día es lo ideal.

6 Muchas veces nuestra rutina de trabajo no nos permite llevar una alimentación balanceada. Si no puedes prepararte tu propia comida y eres de los que acude a restaurantes, toma en cuenta lo siguiente: pide porciones pequeñas, inicia tu comida con una ensalada abundante, evita los alimentos capeados o fritos, opta por alimentos asados o a la plancha y no consumas más de 2 tortillas.

7 ¡Cuidado con las bebidas alcohólicas! Después de las grasas, el alcohol es la sustancia que más calorías aporta. Si estás cuidando tu peso, no te excedas en las bebidas o elige aquellas que van acompañadas con agua mineral o refresco. El vino también es una buena opción.

8 Es falso que con una buena dieta ya no necesitas hacer ejercicio. La actividad física nos ayuda a quemar más calorías, además de que estimula a nuestro cerebro para que segregue ciertas sustancias que nos hacen sentir relajados y felices.

9 Durante esta época de bajas temperaturas, estamos más propensos a enfermarnos de gripa. Para evitarlo, consume abundantes líquidos, alimentos ricos en vitamina C (naranja, toronja, mandarina, limón y guayabas), vitamina A (frutas, verduras de color anaranjado, amarillo o verde, lácteos o huevos), vitamina E (nueces, cacahuates, germen de trigo, lechuga, espinacas, brócoli y cereales) y Zinc (ostiones, mariscos, granos enteros y carnes).

10 Si tu meta es perder peso, no te olvides de tener una buena actitud. Trata de ser constante tanto en tu dieta, como en la actividad física que realices día a día.

EVENTO

BAZAR NAVIDEÑO
INSTITUTO CUMBRES DE MORELIA

Instituto Cumbres de Morelia

Con el motivo de recaudar fondos para el colegio, el Instituto Cumbres de Morelia inauguro por tercer año consecutivo un Bazar navideño donde las mamas cumbres e invitadas ofrecieron gran variedad de productos a los asistentes como Cosméticos, ropa, calzado, joyería, accesorios para cocina, repostería, bolsas, etc. Todos los grados del prescolar cantaron villancicos e hicieron diferentes actividades para apoyar al colegio, el evento duro 2 días de 10 am a 6:00 pm.

Contacto. **3 33 23 23**
Blvd. Alfredo Zalce #4000, Ciudad Tres Marías
Miss Luz María

studio Odontológico Dr Calderon

Dr. Antonio Calderón Bonilla Ortega y Montañez #513 Tel. 2-75-55-35

2o informe GOBIERNO MUNICIPAL

Wilfrido Lázaro Medina

morelia

El pasado Jueves 5 de Diciembre se llevó a cabo, en el Teatro Morelos, la sesión extraordinaria de Cabildo en la cual el presidente municipal, Wilfrido Lázaro Medina, rindió su Segundo Informe de Gobierno.

Durante su discurso, el edil hizo referencia a los diez ejes sobre los cuales planteó su administración, que son "buen gobierno", "mejores servicios", "Morelia productivo", "Morelia para el mundo", "Morelia saludable", "Morelia verde ordenado y joven", "Morelia solidario", "Morelia con desarrollo urbano ordenado", "Morelia rural" y "Morelia seguro".

El edil se encargó de dirigir un discurso hacia los asistentes con un resumen sobre los resultados de su gestión, donde expuso cifras y acciones realizadas durante el presente año, con una inversión programada de dos mil millones de pesos.

Por parte de los regidores fueron cuatro los integrantes del Cabildo quienes ofrecieron respuesta a lo expuesto por el edil, fueron Fernando Orozco, Leticia Farfán, Roberto Ayala, Cuauhtli Yered Guzmán y Miguel Ángel Villegas, los encargados de dar respuesta al edil.

Mientras que el edil resaltó en su Informe sobre las 40 sesiones de Cabildo, de las cuales 24 fueron de carácter ordinario, trece extraordinarias y seis solemnes, en las que se aprobaron 85 dictámenes, 33 puntos de acuerdo, diez iniciativas y nueve decretos. Además de la inversión en este rubro de poco más de 511 millones de pesos.

En presencia del gobernador del estado, Fausto Vallejo Figueroa, el presidente del Supremo Tribunal de Justicia, Juan Antonio Magaña de la Mora; el diputado local, Olivio López Mújica; y el rector de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Salvador Jara Guerrero, el presidente de todos los morelianos aseguró que se ha alcanzado una verdadera alianza y Suma de Voluntades para alcanzar los objetivos plasmados en el Plan Municipal de Desarrollo.

EVENTO

ARTÍCULO

ARTROSCOPIA

ARTROSCOPIA
Podemos definirla cómo una técnica quirúrgica mínimamente invasiva, qué consiste en la introducción de una lente a una articulación a través de incisiones mínimas, generalmente no mayores a 5 mm y la cuál va conectada a una cámara de video, permitiéndonos visualizar desde el punto de vista estructural los diversos componentes anatómicos.

ARTROSCOPIO:
Es un sistema de lentes y una fibra óptica conductora de luz qué varía en diámetro de 2-6 mm, dependiendo de la articulación a tratar. El desarrollo de la iluminación con fibra óptica ha eliminado muchos de los problemas asociados a los viejos métodos, los cuales datan desde el año de 1918 con Takagi (Tokio), al cual se le deben los principios de este tipo de cirugía y es así cómo el creciente entusiasmo que resultó en un interés marcado de las empresas proveedoras de este tipo de materiales qué derivo en un progresivo refinamiento de los artroscopios y de los instrumentos relacionados, hasta nuestros días.

El progreso de la cirugía artroscópica ha sido particularmente rápido durante las últimas décadas, cambiando sorprendentemente la forma en la cual, los cirujanos ortopedistas nos planteamos el diagnóstico y tratamiento de una gran variedad de lesiones articulares en rodilla, hombro, cadera, columna vertebral y pequeñas articulaciones como lo son muñeca y codo. La baja morbilidad asociada a este tipo de procedimientos justifica el procedimiento en muchos de los casos.

INDICACIONES:
Consideramos cómo técnicas artroscópicas básicas aquellas aplicadas especialmente a la articulación de la rodilla: Lesiones meniscales, presencia de cuerpos libres intra-articulares, plicas sinoviales, lesiones condrales, artrosis de rodilla y lesiones ligamentarias. En hombro: síndromes dolorosos con lesiones articulares (fricción sub-acromial), presencia de cuerpos libres intra-articulares, ruptura de estructuras tendinosas, inestabilidad glenohumeral, etc. En columna vertebral: Extracción de cuerpos libres, laminotomia y discectomía. En cadera: Presencia de cuerpos libres, pinzamiento femoro-acetabular. Codo: Epicondilitis. Muñeca: Síndrome del túnel del carpo. Tobillo: Extracción de cuerpos libres, ciertos grados de artrosis.

VENTAJAS:
Disminución de la morbilidad postoperatoria, incisiones más pequeñas, menor inflamación, mayor precisión diagnóstica, menos días de estancia intra-hospitalaria.

CONSIDERACIONES:
De suma importancia será la valoración de su médico especialista, el cual le hará saber sí su padecimiento es susceptible de este tipo de cirugía. En el Sanatorio La Luz contamos con el personal técnico y médico para este tipo de procedimientos, conservando los más altos estándares de calidad.

Dr. Omel Arizmendi Huerta.
Cirugia De Trauma Y Ortopedia

Unidad medica de alta especialidad en traumatologia y ortopedia lomas verdes.
omelariz@hotmail.com

SANATORIO LA LUZ. *MORELIA, MICH.*
General Nicolás Bravo # 50 Chapultepec Norte
Tel. (443) **315-29-66** y (443) **315-29-67**

Av. Lázaro Cárdenas No. 1550
Tel. 01 (443) 314 52 03
iem_justosierra@hotmail.com
Morelia, Mich. Mx.

ESCUELAS

DON CARBON
TE TRANSPORTA
ESPACIO LAS AMERICAS
LOCAL 250 TEL 314 0870
LUNES *
Hamburguesa + Quesadillas + Alitas + Agua ó Refresco $79.00
MARTES
Sopa o ensalada + Arrachera + Refresco $ 139.00
MIERCOLES **
Todas las Bebidas Nacional e importada 2x1
JUEVES ***
Parrillada + Botella
$1,000.00
LUNES A VIERNES
Cerveza $15.00
*Promoción válida de lunes a viernes para empleados de plaza espacio presentando algo que los acredite
** Acompañada de tus alimentos
*** Solo botellas participantes Parrillada para cuatro personas aproximadamente

Cabo Grill
LUNES
TODOS LOS TACOS QUE QUIERAS
$99
ALL YOU CAN EAT
MARTES
BEBIDAS
$29
MIÉRCOLES
TACOS Y CERVEZAS
2X1
JUEVES
¡FESTEJEMOS!
Si cumples años durante la semana, ven el jueves y celebra tu cumpleaños con nosotros. Puedes elegir tu COMIDA o una BOTELLA
Hoy 3 tu cumple
DJ en Vivo
Miércoles a Sábado

CÓMO HABLAR A LOS HIJOS DE LA MUERTE

La muerte es un tema sensible, pero es mejor hablar de ello con tus hijos cuando son muy jóvenes, por lo que no les causará tanto "shock" si alguna otro cercano a ellos se te adelanta.

Pasos

1. No mientas a tu hijo, porque así estás enseñándole precisamente a mentir. Dale un breve resumen de lo que la muerte representa en el "círculo de la vida". Empieza por ejemplo, con películas como el "Rey León", que es un poco menos traumática que Bambi. "Todos los perros van al cielo" puede funcionar bien si tu familia también cree en el más allá, pero sé consciente de que el personaje principal, regresa de entre los muertos.

(Debes solo mostrar películas como las citadas, si tus hijos son tan mayores como para comprender el hecho, de que los muertos no vuelven). Argumenta con ellos cuáles son tus creencias. Y una buena regla general: si son lo suficientemente grandes para hacer la pregunta, podrán entender, con toda la seguridad, la respuesta.

2. Explica lo que ha sucedido y por qué necesitamos hacer las cosas correctas con los peces, por ejemplo, y que pueden enfermarse si no los alimentamos con la cantidad correcta de alimento, o no se mantiene su recipiente limpio y ordenado, o se pone éste en lugares donde pueda llegar el gato y comérselos.

3. Explica que los accidentes ocurren; esto también ayuda a enseñar a los niños que debemos tener cuidado, y estar alerta porque los accidentes pueden ocurrir cuando no prestamos suficiente atención a las cosas que nos rodean. Como por ejemplo, jugar con el balón en el dormitorio, y, sin querer, volcar el recipiente del pez.

4. Pregúntales a los niños qué es lo que sienten con la muerte de una mascota, y como la situación les ha afectado emocionalmente. Déjales expresar sus sentimientos por medio de un dibujo. Los niños necesitan aprender a mostrar a los otros, la forma en que se sienten. Esto debería fomentarse, ya que les ayudaría a tratar estas cosas mejor cuando fueran mayores. A veces es duro tratar con el dolor, teniendo en cuenta que a ti, normalmente, no te han enseñado como hacerlo.

5. Utiliza situaciones de la vida real. Cuando ellos sobrealimentan sus peces de colores a continuación se mueren, y tienes que ir corriendo a la tienda a comprar otro. Lo primero, tenlos preparados: "¡Hijo!, ¿qué ocurrió con toda la comida del pez?" Luego vendrá la siempre esperada contestación de "¡Yo no lo sé!", y luego la continuación "Yo creo que lo alimentaste demasiado, y se fue el pez al cielo"

ARTÍCULO

CONSEJOS:

Los niños son más inteligentes que lo que nosotros pensamos. Incluso cuando empiezan a hablar, los pensamientos ya van dando vueltas en sus cabezas.

Si a los niños se les enseña a hacer frente a las situaciones difíciles, ¿no estarán mejor preparados para la vida? La muerte es algo con lo que todos tendremos que hacer frente algún día. Si se les da el equipamiento emocional correcto para enfrentarse con ella, serán más saludables y menos desgraciados cuando las cosas sucedan. El resentimiento puede venir si tratamos de ocultar a los niños cosas como estas.

Los niños que experimentan una muerte en la familia, pueden sentirse inseguros, preocupándoles el hecho de que otros familiares cercanos pueden morir también. Se debe proteger a los niños pequeños de ver, de pronto, un abuelo enfermo terminal, cuando la última vez estaba sano. Eso puede hacerles pensar, que las personas sanas pueden morir de cáncer de la noche a la mañana, o algo así. Mejor sería ir a ver a la abuelita que esté enferma, y eso le proporcionaría a ella, una alegría.

Una fotografía del fallecido en el que aparezca feliz, en otros momentos anteriores de la vida, puede ser útil, tanto si eran humanos, como si eran mascotas. Este aspecto (el de enseñarles una fotografía), especialmente si el niño ha sido testigo de un accidente traumático, refuerza los recuerdos felices del fallecido.

Recuerda que los niños se apenan o lloran por alguien, de diferente manera que los adultos, y también de forma diferente, en las distintas etapas de sus vidas. Un niño puede oír malas noticias y volver a jugar. Al adulto eso puede parecerles que él no ha entendido, o no tiene sentimientos sobre la materia. El niño necesita tiempo para asimilar la información. Sin embargo, lo más seguro, es que volverá y hará preguntas, o hablará o llorará más tarde. Los niños más grandes y adolescentes, pueden llegar a pensar que ellos hubieran podido hacer algo con la muerte, o que ellos podrían haberla prevenido de alguna manera. Es importante que el niño sepa, que no hay nada que podría haber hecho para cambiar la situación.

Permite a sus hijos ver el duelo, pero sin perder el control. Es importante que aprendan que, incluso los adultos, se sienten afectados por la muerte, pero es aterrador para ellos, ver a los adultos, de quienes ellos dependen, que estén tan afectados por el dolor, que no les permita moverse, y continuar mínimamente con su vida.

Si tu familia, o la familia del fallecido, siguen tradiciones religiosas o culturales, explícales con antelación, lo que va a pasar. Si los niños van a ir a un velatorio, o a un funeral, que sepan lo que van a ver o experimentar.

Contesta a las preguntas con sinceridad. No tengas miedo al niño que una cosa no la sabes, particularmente cuando se trata de pregunta de filosofía o religión. Cualquier mentira que digas ahora, aunque sea para proteger al niño, o porque quieres reforzar una creencia, seguramente se volverá contra ti en el futuro.

Dile a tus hijos que todavía continúa el amor hacia la persona que falleció. Dile a tus hijos que tú los querrás siempre, y que aunque ya no será capaz de ver o tocar a esa persona nunca más, está bien recordarlos o hablar de ellos de vez en cuando.

PRIMER INFORME LEGISLATIVO DIPUTADOS FEDERALES DEL **PRD** POR MICHOACÁN

Legisladores michoacanos del Partido de la Revolución Democrática (PRD) rindieron su primer informe de labores en un acto que estuvo encabezado por el líder de los diputados federales de esa fuerza política, Silvano Aureoles.

En el evento, efectuado en el Palacio del Arte de esta capital, el perredista consideró que Michoacán vive una crisis, la cual debe ser la gran oportunidad para que, sumando esfuerzos, sea posible lograr que la entidad encuentre y alcance su destino y su futuro.

Aureoles Conejo exhortó a no perder la fe ni la esperanza y se comprometió a seguir realizando el esfuerzo, todo lo que esté al alcance con el único afán de poder ayudar a construir un mejor Michoacán para sus habitantes.

Los legisladores perredistas que rindieron su informe además de Aureoles Conejo, fueron Verónica García Reyes, Antonio García Conejo, Armando Contreras Cevallos y José Luis Esquivel Silva.

EVENTO

¿CÓMO VIVE MORELIA LA NAVIDAD?

Navidad es una contracción de la palabra "Natividad" que significa "Natalicio" o "Día de Nacimiento"; existen varias teorías sobre cómo se llegó a celebrar la Navidad el 25 de Diciembre, que surgen desde diversos modos de indagar, según algunos datos conocidos, en qué fecha habría nacido Jesús.

La Navidad es la fiesta cristiana más popularizada, pese a que la Iglesia considera que es más importante la Pascuas. Y por tal motivo es la que contiene más tradiciones:

La cena de Nochenueva (24 de Diciembre – 25 de Diciembre) consiste en un banquete que abarca desde la víspera del día de Navidad hasta pasada la medianoche. Se celebra en honor al nacimiento de Cristo que tuvo lugar en la medianoche, al comienzo del día 25 de Diciembre; de manera parecida al banquete judío del Pésaj. Tradicionalmente se come pavo, bacalao, cerdo, romeritos, cordero y otros platos, dependiendo del lugar en que se celebre o las tradiciones de la familia. Tradicionalmente en las familias cristianas o reuniones de cristianos se suele realizar un rezo a medianoche en honor al nacimiento de Jesús y en señal de agradecimiento a Dios.

Los belenes, pesebres o nacimientos navideños consisten en la representación del nacimiento de Jesús, mediante una maqueta de Belén y sus alrededores, en la que las figuras principales son el establo en donde nació Jesús, la Sagrada Familia, los animales y los pastores, también los 3 reyes magos y una estrella con una estela que también suele colocarse en lo alto del árbol de Navidad. Según la tradición San Francisco de Asís fue su inventor. En Argentina, México, Colombia, Guatemala, Panamá, Nicaragua, Costa Rica, Paraguay, Venezuela, Perú, Chile y Bolivia, la figura del Niño no se coloca hasta la llegada de la Navidad, fecha en que se celebra su nacimiento, y luego de ser «arrullado» es colocado entre José y María.

La corona de Adviento, corona hecha a base de ramas de ciprés o pino atada con un listón rojo en la cual se colocan cuatro velas por lo general de color rojo las cuales marcan los cuatro domingos de adviento anteriores al día de Navidad, las familias se reúnen a su alrededor cada domingo, se enciende una vela y se recitan oraciones y villancicos como preparación al Nacimiento de Jesús. Esta tradición es más recurrente en la Iglesia Católica ya que la corona debe ser bendecida en la Iglesia.

Los villancicos, canciones o cantos alusivos al nacimiento de Cristo o a la Sagrada Familia. Algunos como Noche de Paz tienen versiones en varios idiomas o ritmos, con el mismo o distinto nombre.

El Árbol de Navidad, un elemento decorativo para el que se suele emplear una conífera (o árboles artificiales) decorado con adornos.

Las Posadas son una serie de fiestas populares, que recuerdan el trayecto de San José y la Virgen María para llegar a Belén. Estas celebraciones tienen lugar del 16 al 24 de diciembre en México y sus países vecinos.

Las Piñatas consisten en una olla de barro adornada con picos y papel picado o figuras de cartón adornadas con papel picado de colores, ambas rellenas de dulces, fruta y en ocasiones juguetes y confetti, que se rompen en cada uno de los días de las Posadas. Según la tradición la piñata debe llevar 7 picos ya que cada uno representa los 7 pecados capitales.

ARTÍCULO

Esta navidad Exa fm 91.5 se ilumina de naranja con el tradicional árbol navideño elaborado por la casa de santa Claus de Tlalpujahua. "Donde nacen las ilusiones" Ubicado en una de las plazas más importantes de la ciudad.

PLAZA ALTOZANO

PLAZA MORELIA

La Navidad en la actualidad

Aparte del origen cristiano de la Navidad, esta fiesta ha ido mezclando su carácter religioso con la tradición de convivencia familiar, debido en gran medida a la popularidad de esta celebración y a la mercadotecnia.

Es desde el siglo XIX cuando la Navidad empieza a afianzarse con el carácter que tiene hoy día, pues en ese siglo se popularizó la costumbre del intercambio de regalos; se creó a Santa Claus y regalar tarjetas de Navidad. Costumbres que con el tiempo la mercadotecnia (en especial la norteamericana) aprovecharía para expandir la Navidad por el mundo dándole un carácter distinto al religioso, y con temas que poco o nada tienen que ver con la tradicional celebración navideña.

La Navidad es celebrada por los cristianos, pero también los no cristianos y algunos ateos utilizan la Navidad, como mero festejo de convivencia social y familiar. Hoy día el país que celebra más la Navidad mundialmente es Puerto Rico: sus festividades navideñas comienzan desde el día después del día de acción de gracias (noviembre) y culminan en febrero, en la celebración de la candelaria. También es destacable que en muchos lugares de Europa y América hay una creciente tendencia, impulsada principalmente desde las parroquias locales, para recuperar el sentido religioso de la Navidad y su verdadero significado.

CERRADA SAN AGUSTÍN

DIF ESTATAL MICHOACÁN

DIF MUNICIPAL MICHOACÁN

JARDÍN DE LAS ROSAS

PLAZA VALLADOLID

EVENTO

ARTÍCULO

¿Propósitos de año nuevo?...
¡CUMPLE CON ELLOS!

Para la gran mayoría el comienzo de un año nuevo es también el inicio de una etapa propicia para cambiar, renovar y modificar actitudes, es por esto que cuando se acerca la noche vieja muchos deciden hacer un listado de los propósitos para los meses venideros, pero la realidad es que un importante porcentaje ya en Febrero ha olvidado todo lo que se ha propuesto, lo que ocasiona en algunos gran frustración. Si la historia te suena familiar, te damos algunas sugerencias para que sepas cómo cumplir los propósitos de año nuevo.

Está claro que no hay nada mejor que trabajar para mejorar aquellas cosas negativas de nosotros, pero una de las razones por las que resulta difícil cumplir los propósitos de año nuevo es porque solemos hacer una lista con demasiadas cosas, que luego no tenemos la capacidad de cambiar, por eso concéntrate en algo verdaderamente importante y has de eso tu único propósito.

Elige un propósito que realmente te estimule, a veces la selección de los propósitos de año nuevo vienen dadas por presiones familiares o de tu círculo social, lo que lleva a que a falta de interés no consigas cumplirlos, lo importante es que te interese alcanzar esta meta a ti y a nadie más, seguro al lograrla beneficiarás de algún modo a tu entorno.

Otra de las tendencias es querer erradicar el problema de raíz, por ejemplo "no voy a comer más dulces", es probablemente un propósito casi imposible de cumplir y de seguro aguantarás pocos días cumpliéndolo, la meta debe ser "voy a disminuir mi consumo de dulces", algo que con esfuerzo y pequeños pasos podrás lograr.

Entiende lo que implica el propósito de año nuevo que te planteas. Por ejemplo "esta vez haré que la dieta funcione", es un propósito que se puede lograr, pero requiere de fuerza de voluntad, esfuerzo y de una cuota de modificación de hábitos, tu puedes conseguirlo pero necesitas concentrarte en ello.

Concéntrate en propósitos que puedas lograr cumpliendo pequeñas metas cada día. "Voy a ser más paciente", nadie se despierta un día y pasa de no tener paciencia a tenerla, lo que sí es realista es hacer cada día pequeñas acciones que nos lleven a obtener el fin de hacernos más pacientes tras un tiempo, se trata de trabajar de a poco en nuestra propia evolución y nunca olvidar que deseamos cumplir nuestro propósito para ser mejores personas.

Toma medidas para recordar tu propósito, algunos deciden pegarlo en la nevera, otros en un post-it, lo cierto es que siempre es una buena estrategia escribir el propósito en un lugar que puedas ver para recordarlo de vez en cuando.

Si para el 2014 has decidido reunir un poco más de dinero entonces te damos algunas estrategias que pueden serte útiles para que sepas cómo cumplir el propósito de ahorrar.

¿Por qué no ahorro?
Son muchas las razones que llevan a una limitada capacidad de ahorro, lo primero es detectar por qué no consigues guardar dinero, si se trata de que ganas poco o lo justo para tus gastos, si el problema es que realizas gastos innecesarios, si es falta de control a la hora de comprar, entre otras. Ubica la causa y pasa a la solución.

Metas realistas
La cantidad mensual que ahorrarás dependerá claro de tus ingresos pero es importante establecer una meta realista para conseguir cumplirla. Una de las mejores herramientas son los planes de ahorro que ofrecen los banco asociados a tu cuenta.

Si el problema es que ganas lo justo
Intenta buscar nuevas fuentes de ingresos, por más pequeñas que sean, si es difícil hacerlo entonces procura recortar en los gastos que puedas.

Si el problema es que gastas en lo que no debes
A todos nos ha ocurrido comprar algo que no necesitamos, pero a algunas personas les cuesta controlarse, si eres de esos toma medidas al respecto. Un buen truco es dejar las tarjetas de crédito en casa cuando sales, para evitar compras impulsivas, piensa que ese dinero que dejas de gastar en tonterías lo estarás ahorrando para algo más valioso e importante.

Establece un propósito
Cuando ahorramos con un propósito nos esforzamos más, por ejemplo plantéate ahorrar este año para ir a ese lugar que siempre has querido conocer, o para adquirir aquel bien que deseas, establecer una meta hará más fácil el camino de ahorrar.

Determina las prioridades de gastos mensuales
Siempre pueden surgir imprevistos, pero en general hay gastos que son fijos y otros que pasan a establecerse como prioridades y secundarios, establece tu lista, atiende aquellos que son prioritarios y determina la real importancia de los secundarios, esto te permitirá ahorrar tomando en cuenta el verdadero valor y necesidad de los gastos que realizas. Es un hábito que modificará mucho tu manera de comprar.

Fortalece tu auto control
No siempre podemos tener lo que queremos, si consideras que no eres capaz de controlar tu deseo de comprar ropa intenta no ir con tanta frecuencia a los centros comerciales, si cuando vas a hacer mercado acabas siempre llenando el carrito de cosas que después no te comerás o de productos caros, intenta no ir al mercado con hambre y lleva siempre una lista de prioridades. Auto controlarse es importante no solo para ahorrar sino en todos los aspectos de tu vida, recuérdalo.

- La clave es elegir pocas metas en vez de muchas, y escoger algún propósito que sea importante para ti.
- Da pequeños pasos en la búsqueda de cumplir el objetivo.
- Recuerda que para lograr lo que quieres siempre tendrás que esforzarte, esta no es la excepción.
- Ahorrar no necesariamente implica grandes sacrificios, se trata de priorizar y actuar de forma inteligente.
- A veces pequeños cambios dan grandes resultados, intenta probarlo en tu economía.

¡FELIZ AÑO!

2do INFORME DE GOBIERNO
SALMA KARRUM

En sesión extraordinaria de Cabildo, teniendo como sede las instalaciones del Teatro Emperador Caltzontzin, la alcaldesa Salma Karrum Cervantes, dio lectura al segundo informe de gobierno, estando presente Jaime Mares Camarena, en representación del gobernador Fausto Vallejo Figueroa, así como del diputado local por este distrito, Eleazar Aparicio Tercero, en representación del Congreso del Estado; Juan Antonio Magaña de la Mora, del Tribunal Superior de Justicia del Estado, entre otras personalidades de la política y de la sociedad civil.

Tras el protocolo propio de la sesión, la alcaldesa Salma Karrum, informó sobre las acciones que llevó a cabo durante el ejercicio fiscal del 2013, donde destacó la importancia de asistencia social que beneficia directamente a 2mil 31 personas de escasos recursos y donde poco más de once mil beneficiados reciben despensas con productos básico, así como 2 mil 500 cobijas y 2 mil 800 pacas de cartón, beneficios entregados a personas de escasos recursos, habitantes de colonias y comunidades del municipio y donde la alcaldesa destacó la participación de los gobiernos y sus dependencias.

EVENTO

En el evento la Edil resaltó el fortalecimiento de las microempresas a través del apoyo decidido a este sector mediante créditos.
Reiteró su apoyo al sector educativo, salud y deportivo, con quienes dijo, ***"Hemos trabajado de la mano"***

Señaló que durante su gobierno su trabajo se ha basado en tres ejes: la capacitación, el financiamiento y la vinculación, consolidando programas de capacitación y gestión de fondos para proyectos productivos; así como la conformación de micro empresas; planes de negocios y promoción de productos de empresas familiares y de mujeres emprendedoras.

TORNEO DEL PAVO ALTOZANO 2013

El torneo del pavo altozano 2013, es el quinto torneo de golf que se realiza cada año en el mes diciembre, a beneficio de los caddies del este campo de golf; la modalidad de juego es: ago-go en grupos integrados por 4 jugadores, es un torneo abierto para todos los jugadores de otros campos de golf; participaron jugadores de altozano, Tres Marías, campestre de Morelia y Celaya; en total 68 jugadores.

Además de apoyar a los caddies, otra punto importante de este torneo es que por la modalidad de juego, se inscriben jugadores de todos los niveles sin importar su nivel o experiencia en este deporte; y permite que todos los jugadores convivan, se divertirse y pasen un rato agradable con sus amigos y familiares.

EVENTO

Después del torneo se les organizo una comida donde también sirvieron bebidas y se premió a los 3 mejores equipos con un pavo para cada integrante, así mismo hubo varias rifas cortesía de Nissan acueducto.

Los ganadores fueron:

1° lugar 61 golpes: Mario Carranza, Erick Oregón, Benjamín Martorell y Cesar Rosales.
2° lugar 63 golpes: Antonio Lara, Alejandro Ceceña, Rosario Ceceña y Manuel Pérez.
3° lugar 64 golpes: Javier Gómez, Heriberto Azanza, Efrén Rosas y Cristian Calderón.

¿SABÍAS QUE?

purifika®

Purifika es un innovador sistema de purificación de agua integrado en un enfriador.

Gracias a la tecnología y a la intención de aportar a la conservación de nuestro planeta Purifika hizo posible incorporar un planto purificadora de agua dentro de un despachador.

Beneficios que ofrece purifika®

- Ahorros significativos en consumo de agua purificada de garrafón.
- No mas molestias de manejo de garrafón pesados y que ocupan espacio.
- SIEMPRE cuenta con agua purificada.
- No se requiere de una inversión inicial, ya que se instala en arrendamiento.
- Es un equipo ahorrador de energía (Consume aprox. 600 watts/día).
- Su micro procesador inteligente indica en la pantalla cuando los filtros deben ser reemplazados.
- Obtiene mayor seguridad, ya que evita el acceso a personas ajenas a su empresa u hogar.
- Contara con su propio equipo purificador.

Información y ventas

Nuestros productos cuentan con la tecnología TDsensor con patente propia, la cual se activa y bloquea el equipo cuando el agua no es apta para consumo.

Tel. (443) 324 88 62 / 340 02 85
www.purifika.com

ELEGIR EL CORTE DE CABELLO SEGÚN TU CARA

Para las mujeres nuestro cabello es todo y puede hacernos sentir muy bien con nosotras mismas. Un cambio de look puede ser muy positivo A pesar de que nuestro cabello es todo, no siempre tenemos que mantenerlo igual y vale la pena arriesgarse de vez en cuando y cambiar. Además, el cabello queda hermoso en diferentes cortes y colores.

La idea de cambiar de look es para renovarnos, vernos distintas, más lindas y sentirnos más confiadas. Un corte de pelo puede favorecer nuestra piel, realzar nuestros ojos, o beneficiar nuestro rostro.

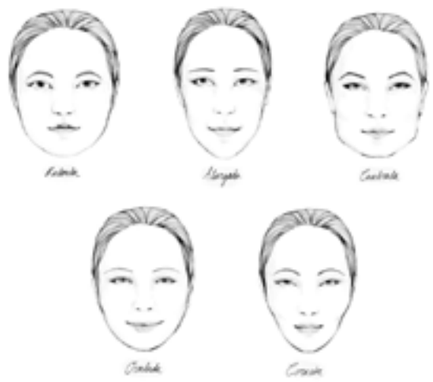
¿Sabes que tipo de cara tienes? aquí te damos varios elementos para que la identifiques y te saques el mejor provecho utilizando una arma importante de toda mujer: el cabello.

Elige el estilo de cabello que mejor va con tu cara

Nuestra cara es la carta de presentación y por tal motivo es muy importante que conozcamos que tipo de cara tenemos con la finalidad de sacar el mejor provecho de nuestras facciones, corrigiendo nuestros defectos.

Antes de conocer los tipos de cara que existen debemos de saber que la cara se mide de la siguiente manera:

Largo: Es la línea que va del nacimiento del cabello a la barba.
Ancho: Es la línea que va del nacimiento de la oreja izquierda al nacimiento de la oreja derecha.



TIPOS DE CARAS

Cuadrada: Su largo y ancho son similares, la quijada tiene líneas rectas que dan la forma cuadrada.

Objetivo: Enmarcar tu rostro.

Tips:
- Olvida los fleco rectos.
- No utilices el cabello corto y parejo.
- Utiliza capas en la parte de enfrente de tu cabello.
- Lleva el cabello más elevado de atrás.
- Lleva capas cortas.

Redonda: Su largo y ancho son similares, pero la línea de la quijada es redonda.

Objetivo: Alargar la cara

Tips:
- Evita el cabello muy corto y esponjado.
- Dale volumen a la parte superior de la cabeza.
- La capa más corta debe de llegar a la altura de la barba.
- No utilices fleco.
- No lleves raya en medio, lleva raya de lado.

Rectangular: Es más larga que ancha y la línea de la quijada recta es suavemente curveada.

Objetivo: Menos volumen en la parte superior y más en los costados de la cara.

Tips:
- Evita el cabello muy lacio y restirado.
- El fleco que salga bien desde arriba.
- Redondea las esquinas de la cara con capas.
- No utilices el cabello largo para evitar que tu cara se alargue más.

Ovalo: La parte más llena de la cara ocupa 2/3 partes, tiene los pómulos marcados y la barbilla estrecha.

Objetivo: Acortar la cara

Tips:
- No utilices el cabello planchado.
- El cabello chino o ondulado te favorece.
- Los cortes cortos son una buena opción para la cara alargada.
- Si no te late el cabello corto no pases del hombro.

¿Por qué entonces no animarte a cambiar? No te contengas por miedo a lo que dirán los demás, es muy importante que te sientas linda, cómoda y confiada para que los demás capten eso de ti también.

Animate y disfruta, cambia de estilo, experimenta y transforma tu imagen.

Diamante: Frente estrecha, ancha en las mejillas y barbilla estrecha.

Objetivo: Equilibrar la cara.

Tips:
- Te queda el cabello mediano o largo.
- No des volumen al cabello al lado de las orejas.
- El volumen tiene que ir en la parte de arriba y en la de abajo.
- Evita estilos lisos y rígidos.

Pera: Frente estrecha, ancha en las mejillas, barbilla ancha y la línea de la quijada es suavemente redonda.

Objetivo: Dar balance a la cara.

Tips:
- Te va muy bien el cabello corto.
- Utiliza el cabello con volumen.
- Evita el largo a la mandíbula.
- Puedes usar fleco.

Corazón: Frente amplia, ancha de mejillas, barbilla estrecha y algunas veces con un pico al centro de la línea del nacimiento del pelo.

Objetivo: No dar volumen en la parte de arriba.

Tips:
- Evita dar volumen a la parte superior.
- Se te ve muy bien el cabello restirado.
- Utiliza fleco de lado.
- El largo es hasta la barba o el hombro.
- Huye de los cortes chiquitos.

UDEM

EVENTOS

DE VIAJE

Conociendo el otro lado del mundo, y prácticamente así fue, vuelos e interminables horas de espera para conocer al final otra cultura muy diferente a la nuestra, pero después de 20 horas de vuelo, conexión Toronto, llegamos al país más poblado del mundo, China y vaya que lo es.

Al llegar se pudo apreciar la niebla en la ciudad de Beijing, y aunque ansiosa por conocerlo todo, surgió un problema, la gente de ahí hablaba muy poco habla inglés así que prácticamente nos entendíamos a señas, pero llegando al hotel hablan un poco de inglés y el metro es muy funcional para transportarse,

En uno de los tours no pudo faltar la visita a la muralla China, la ciudad prohibida y la plaza de Tian'anmen, la increíble Ciudad olímpica, Palacio de verano y el Templo del cielo, por mencionar algunos y más importantes lugares históricos en China, son lugares mágicos que nunca olvidaré haber estado ahí, pensar en la antigüedad de la mayoría de los lugares y lo difícil de sus construcciones, es algo que tienes que ver antes de morir, y no se diga los sitios donde puedes comprar lo que quieres en imitaciones y todo de buena calidad.

Un ejemplo, es el mercado de la seda y la perla, lo que más extrañó en este momento y los precios con que puedes regatear y conseguir las cosas, al principio el regateo es algo desesperante pero al final te acostumbras a comprar hasta que tu tomas el control de la venta y no al revés.

A 5 horas en tren bala de Beijing, no podía faltar conocer la gran mágica ciudad de Shanghai lugar que nunca olvidaré, pensé que es ideal para ir hasta de luna de miel, los edificios y la creciente ciudad, la perla oriental, el río amarillo que de noche se ilumina con las luces coloridas de los Ferry y barcos del lugar; tomar un café al lado del río es una experiencia única podría regresar a esta ciudad nuevamente sin pensarlo, lugar más moderno y lleno de centros comerciales y tiendas de diseñadores, sin dudar China si demuestra ser una potencia.

Más al sur, visité la "ciudad del comercio" donde puedes adquirir cualquier cosa, si es que tienes un negocio o comercio, donde encuentras edificios de cada tipo de producto en específico que es Guangzhou, a dos horas en tren de Hong Kong, sitio que te llegas a encontrar personas de todo el mundo haciendo negocios con los chinos, para conseguir el mejor precio y enviar las mercancías a su lugar de origen, aquí lo más emblemático es la torre de televisión que prende por las noches con un láser de colores.

Estando tan cerca, nos fuimos a Hong Kong, siendo independiente de China ya que pasamos por aduana y bueno tiene más de 8000 rascacielos en la isla, lo doble que Nueva York e incluso es impresionante que en cada esquina hay una tienda de Chanel, Louis vouitton, YSL, Gucci, Hérmes, todas las tiendas y en todas, la gente hace fila para entrar a comprar, y no puede faltar el comerciante en la calle que te ofrece trajes a la medida, bolsas o lo que quieras de buena calidad y a un menor precio, que a simple vista no se podría distinguir lo original de la imitación, me di cuenta que a México no llega nada de esto, aquí nos llega lo de más baja calidad, para nuestra mala suerte, el pico victoria es el punto más alto de la isla en la que llegas en un tren especial y la vista es increíble.

Hong Kong cuenta también con los más grandes corporativos de las mejores compañías del mundo, de aquí sale un Ferry cada media hora directo a Macau, las Vegas de Asia, dura 45 minutos para llegar a la isla, y es un fabuloso lugar lleno de casinos, hoteles, y centros comerciales con las tiendas más extravagantes del mundo, no podía dejar de tomar fotos a todo y ya no sabía en qué ángulo tomar alguna, pues todo te dejaba impactado desde la construcción, hasta la decoración de pisos y lámparas o monumentos donde no se escatimaba en decoración.

Creo que sí quieres conocer algo diferente, este sería el viaje ideal, son cosas que se quedan en el alma viajera que todos llevamos dentro.

BARES

CHAPULIN
BAR SOCIAL

Lo tenemos todo
para hacer el mejor ambiente...

Gourmet + Coctelería + Música + Valet Parking + Accesibilidad + Wi-Fi

y sobre todo exclusividad

www.chapulin.mx
Blvd. García de León 1347
Reservas: 4433320662

Aceptamos:

Mataor

DISTRIBUIDORA DE CARNES

Con gran euforia y alegría la carnicería el MATAOR celebro su décimo quinto aniversario con bombo y platillo.

A través de estos años el MATAOR a cosechado grandes amigos y clientes los cuales fueron reconocidos por su lealtad con una gran variedad de sorpresas y regalos.

Desde muy temprano se recibió a todos los clientes con el gusto que caracteriza a este negocio, el trato y la calidad son la base del éxito del MATAOR, los ganadores demostraron su felicidad al recibir sus premios de manos de sus propietarios.

En el MATAOR contamos con las mejores marcas y los mejores productos con los mejores precios, contamos con servicio dentro y fuera de la ciudad.

EVENTO

Mataor

PRODUCTO FRESCO Y CONGELADO

RES, CERDO, POLLO, BORREGO.
CARNES FRIAS Y LACTEOS.

MAYOREO Y MENUDEO

SURTIMOS PEDIDOS A DOMICILIO
DENTRO Y FUERA DE LA CIUDAD

TEL. (443) **320 23 60**
- 320 23 62

SIN COSTO AL
01 800 9 628 267

carnes.mataor@yahoo.com.mx

FRENTE AL ESTADIO MORELOS
MORELIA, MICH.

ARTÍCULO

Brasil 2014

El ciclo se cumplió nuevamente, y se acerca el momento en el que el mundo se reunirá en entorno a una pelota de fútbol, el destino, Brasil ese inmenso país que vibra con este deporte, y que a partir del próximo 12 de junio del 2014 palpitará con la vigésima edición de la copa del mundo, doce ciudades de todas la regiones cariocas atestiguaran las nuevas hazañas que los grandes del fútbol mundial escribirán en la tierra del amazonas.

Por: Luis A. Gómez

El pasado 6 de diciembre cada una de las 32 selecciones conoció el camino que habrá de emprender a partir del próximo 12 de junio, el sorteo realizado en Costa do Sahuipe solo marca el inicio de la fiesta más grande que tiene el fútbol, a partir de ahí cada uno de los invitados al mundial de Brasil 2014, se prepara de la mejor manera para encarar la máxima justa del balompié mundial con sus mejores armas, con el único objetivo de erigirse como el mejor del mundo el próximo 13 de julio en el mítico estadio Maracaná de Rio De Janeiro, el camino para llegar a tierras brasileñas fue largo y para algunas selecciones resulto más espinoso de lo esperado, pero al final llegaron los mejores. A partir de aquí no hay rival débil ni fácil.

El destino quiso que las selecciones de Brasil y Croacia fueran las encargadas de abrir el mundial, el día 12 de junio en Sao Paulo. Desde un principio se sabía que a la canarinha le correspondía el honor de abrir el mundial al ser el anfitrión, por su parte los balcánicos que estarán participando en su 4ta copa del mundo recibieron el premio de enfrentar a Brasil, en el encuentro del fútbol que más miradas a nivel mundial capta, esta será la segunda ocasión que brasileños y croatas se midan en una copa del mundo, la anterior fue en Alemania 2006 cuando en su encuentro de debut Brasil superó por la mínima diferencia a Croacia gracias a una espectacular anotación de Kaká.

Brasil y Croacia quedaron encuadrados en **el grupo "A"** mismo en el que competirá México y Camerún, el azar quiso que el tri nuevamente compartiera sector con el anfitrión. La selección debutará el día 13 de junio ante Camerún, que llegará al mundial de Brasil, con la misión de revivir las viejas glorias de los leones indomables. Sin lugar a duda el amplio favorito para avanzar en este grupo es Brasil, pues aparte de contar con una selección plagada de talento tienen la ventaja de la localía.

Camerún, México y Croacia son selecciones de un nivel similar por lo que hacen que este pelotón sea de pronóstico reservado en cuanto al equipo que ocupará la segunda plaza, pues el menos en el papel Brasil no debe de tener mayor problema para avanzar como primero.
El grupo "B" sorpresivamente será compartido por la actual campeona del mundo España y el sub-campeón Holanda, que medirán fuerzas en el choque que abre las hostilidades en este sector, el pelotón es contemplado por Chile y Australia. Aunque parece complicado los chilenos cuentan con los suficientes elementos para dar un susto a españoles y holandeses, que les permita acceder a 8vos.

El grupo "C" competirán Colombia, que está llamada a convertirse en una de las revelaciones del mundial, Grecia, Costa de Marfil y Japón, que llega con la que tal vez sea la generación más talentosa de su historia. En este sector los llamados a avanzar son cafeteros y marfileños que esperan dar en Brasil ese salto de calidad que no pudieron lograr ni en Alemania ni Sudáfrica, sin embargo japonés y griegos son equipos muy competitivos lo que hace del "c" uno de los grupos más parejos del mundial.

El grupo "D" es considerado como el grupo de la muerte ya que en el estarán participando 3 excampeones del mundo, como lo son Uruguay que llega a Brasil con las ilusiones de repetir lo hecho en 1950, y respaldado por una gran generación de futbolistas, Italia que se ha renovado y siempre llega a los mundiales como favorito, y por si fuera poco Inglaterra una selección a la que le urgen los triunfos pues no gana a nivel internacional desde 1966, el sector es completado por Costa Rica, que llega en el papel de víctima pero con la esperanza de convertirse en sorpresa.

El grupo "E" quedó integrado por Suiza, Ecuador, Francia, y Honduras, un sector que en apariencia luce bastante cómodo para "Les Bleus" que llegarán a tierras cariocas con la misión de borrar la pésima imagen que mostraron en Sudáfrica 2010. Ecuador y Suiza son las escuadras llamadas a disputarse la segunda posición, el conjunto sudamericano tendría ligera ventaja al estar más acostumbrado a los tropicales climas brasileños, situación que sin duda pondrá a sufrir a los suizos, que cuentan con un plantel muy talentoso.

El grupo "F" competirá Argentina que guiados por Messi, esperan poder conquistar su tercera copa del mundo, la albiceleste no deberá tener mayor problema para avanzar en un grupo aparentemente cómodo en el que tendrá como rivales, a Bosnia que hará su debut en mundiales, Irán, y Nigeria. Si todo transcurre con normalidad en este pelotón la segunda plaza la estarán disputando Bosnia, que quiere convertirse en caballo negro en su debut, y Nigeria.

El grupo "G" también puede ser considerado como un grupo de la muerte en el que quedó encuadrado uno de los grandes favoritos para ganar el mundial como lo es Alemania, que estará compartiendo grupo con Portugal, que de la mano de Cristiano Ronaldo, aspira a llegar lejos en Brasil, el pelotón es completado por Ghana, que en Sudáfrica 2010 llegó hasta 4tos de final y Estados Unidos que siempre se muestra como una selección competitiva.

El último grupo del mundial es en apariencia el que menos sabor tiene, en el que quedaron integrados Bélgica que con generación plagada de jugadores talentosos, está llamada a ser la gran revelación de Brasil 2014, los diablos rojos comandados por Eden Hazard regresan a una copa del mundo luego de 12 años, Rusia que dirigida por Fabio Capello pretende tener una buena presentación en tierras cariocas, para alimentar sus esperanzas de cara al mundial de 2018 donde serán anfitriones, el sector es completado por Corea del Sur, que buscará llegar como mínimo a 8vos, y Argelia en apariencia es una de las selecciones más débiles del mundial.

Este es el camino que cada una de las 32 selecciones tendrá que enfrentar en Brasil, para llegar a la gloria, ahora solo resta esperar a que llegue el 12 de junio, día en el que la humanidad se reunirá una vez más entorno a un balón para ilusionarse, para soñar, pero sobre todo para presenciar las nuevas historias que engrandecerán la historia de este bello deporte.

El grupo de México

Para mala o buena suerte, según lo quiera ver usted, la selección mexicana compartirá grupo por segundo mundial consecutivo con el anfitrión del evento, a diferencia de Sudáfrica 2010 esta ocasión no se trata de un equipo débil sino todo lo contrario del favorito al título Brasil, además de con los amazónicos México competirá con Camerún y Croacia, a simple vista el grupo parece accesible para los brasileños, que no deberán tener mayor problema para instalarse en la ronda de octavos de final.

Partiendo de esto tenemos que Camerún, Croacia y México son 3 selecciones con un nivel similar por lo que cualquiera podría acompañar a Brasil a la siguiente ronda. La selección mexicana debutará el 13 de junio, a las 11 de la mañana tiempo del centro de México, en la ciudad de Natal ante Camerún este será la primera vez que el tri enfrente a los leones negros en una copa del mundo y la segunda en el historial pues solo se han medido en un amistoso disputado en 1993, en el que México derroto a los africanos 1-0, con gol de Daniel Guzmán.

El historial de México ante equipos africanos en copas del mundo no es satisfactorio pues en 3 duelos solo ha podido empatar 2. En 1978 la selección sucumbió 3-1 ante Túnez, en lo que representó la primera victoria de un país africano en un mundial, en 2006 el tri apenas igualó sin goles ante la débil Angola, finalmente en el 2010 México empato 1-1 con Sudáfrica en el duelo inaugural.
El segundo rival de México en el mundial será ni más ni menos que el anfitrión el día 17 de junio, en punto de las 14 horas, en la ciudad de Fortaleza, el tri se citará una vez más con la verdeamarelha, en mundiales México y Brasil se han enfrentado en 3 ocasiones con la balanza totalmente inclinada a favor de los sudamericanos que ni siquiera han aceptado un gol del conjunto nacional, en la copa del mundo de 1950, que precisamente se realizó en Brasil los locales se impusieron 4-0, cuatro años después en Suiza, los amazónicos volvieron a golear al tri ahora al son de 5-0, el último enfrentamiento de estas dos selecciones en mundiales fue en Chile 1962 donde los cariocas doblaron 2-0 a los aztecas.

Finalmente el conjunto nacional cerrará su actividad en la fase de grupos en Recife, el 23 de junio midiéndose a Croacia a las 15 horas. El tri chocó con los balcánicos en la copa del mundo de 2002, el 3 de junio, el encuentro fue ganado, por México 1-0 gracias a una anotación de penal de Cuauhtémoc Blanco. Croatas y mexicanos además se han medido en 2 ocasiones en juegos amistosos en ambos encuentros los europeos sacaron la mejor parte en 1991 se impusieron 3-0, en uno de sus primeros duelos como selección independiente, mientras que en el 99, en la copa Corea triunfaron 2-1.

Ese es el camino que el destino le deparó a la selección, las tres primeras batallas que hay que librar si es que se quiere llegar a alcanzar la gloria, o por lo menos al tan anhelado 5to encuentro.

Miguel Herrera sabe que la misión no es nada fácil pues el grupo es muy competitivo, pero seguramente el "piojo" no tiene en mente acabar con la racha del tri, que ha avanzado a la siguiente ronda en cada uno de los últimos 5 mundiales.

UN PASEO POR **ALTOZANO**

EVENTO

ALTOZANO

INVIERTE EN LOS
DESARROLLOS QUE LO TIENEN
TODO

www.altozano.com.mx

- ✓ CLUB DEPORTIVO
- ✓ GOLF
- ✓ CENTRO COMERCIAL
- ✓ HOSPITAL
- ✓ COLEGIOS Y UNIVERSIDADES
- ✓ DEPARTAMENTOS
- ✓ CASAS
- ✓ TERRENOS

Con presencia en Morelia, Colima y Villahermosa.

T. (443) 1135500

DANDO EL Roll

INVITADOS ESPECIALES

NOTICIERO
AL MOMENTO 91.5FM
CON VICTOR VILLICAÑA

DIRECTORIO

EDUCACIÓN

Espacio Cultural Aspasia
Licenciatura En Historia Del Arte , Maestrias , Diplomados Y Talleres
Francisco Gonzalez Bocanegra
181 Col Santa Maria De Guido
Tel. 3. 3 23 66 66

Universidad La Salle
Preparatoria, Licenciatura, Posgrados
Av. Universidad No. 500
Tel. 321 21 03

Tecnológico de Monterrey
Preparatoria y Universidad
Camino a Jesús del Monte S/N
Col. Jesús del Monte
Tel. 322 68 21

Vocablo
Tecnología en idiomas
Río Tepalcatepec No. 174
Col. Ventura Puente.
Esq. Lázaro Cárdenas,
Morelia Mich.
Tel. 274 38 43

Udem
Universidad De Morelia
Fray Antonio De Lisboa 32
Tel 317 77 71

Justo Sierra
Secundaria Justo Sierra y Preparatoria Lázaro Cárdenas del Río
Av. Lázaro Cárdenas No. 1550
Tel. 314 52 03

Centro de Arte FLAMENCO ARIAS
José Rentería Luviano #1015
P/A Col. Nva, Chapultepec Sur
Tel. 443 157 6067
443 373 3879

UNLA
Universidad Latina de América
Manantial Cointzio Norte #355
Fracc. Los Manantiales
Tel. (443) 322 15 00
www.unla.mx

Universidad Vasco de Quiroga
Licenciaturas y Maestrías
Av. Juan Pablo II No. 555
Col. Santa María de Guido
Tel. 323 51 71

AUTOS

Volvo
Av. Camelinas
N° 316 Fracc. Las Américas
Tel. 113 33 00

Nissan Autos Compactos Concesionaria
Av. Lázaro Cárdenas N° 2173
Col. Chapultepec Norte
Tel. 322 18 00

Audi
Service Center
Av. Camelinas N° 3203
Fraccionamiento Las Américas
Tel. (443) 324 77 24
www.audicentermorelia.com.mx

Fame Chevrolet Manantiales
Pide Tu Prueba De Manejo
Pasando Policía Y Tránsito
Tel. 2980755

Suzuki
Av. Camelinas #3169
Tel. (443) 500 53 00

INMOBILIARIAS

Altozano La Nueva Morelia
Ciudad Altozano
Av. Montaña Monarca N° 1000
www.altozano.com.mx
informes@altozano.com.mx
Tel. 443 113 55 00

Tres Marías
Terrenos y casas
www.tresmarias.com.mx
Tel. 340 49 49

CONSULTORIA

Sastre Julio Pacheco
Sastrería
Aquiles Serdán No. 269
Col. Centro
Tel. 312 69 73

OTROS

RS Viajes
Turismo
Bernal Díaz del Castillo N° 130 - B
Col. Chapultepec Sur
Tel. 340 05 88, 314 07 99
y 232 49 19 ID. 52*227426*4

Suc. Ventura Puente N° 712 - A
Col. Cuauhtemoc
Tel. 314 96 70

Jugando Aprendemos
Juguetes y Materianes didácticos
Blvr. García de León
#777 Nueva Chapultepec Sur.
Tel. (443)333 13 62
Cel. 443 328 1453

jugando.aprendemos@hotmail.com

Marco Alcántar
Fotografia
Vasco de Quiroga 500 esq.
Ortega y Montañes
Centro Historico
Tel. (443) 410 7134
Tel. 3 17 64 95
www.marcoalcantarfotografos.com.

SALUD

Sanatorio la Luz
Centro Médico
General Bravo No. 50
Col. Chapultepec Norte
Tel. 315 2966 (67)

Lasserterapia
Dr. Manuel Gonzalez
H. Colegio Militar 785
Chapultepec Oriente
Tel. 324 54 09

Depilite
Depilacion Lasser
Enrique Ramirez 200 Fracc.
Las Américas
Pregunta Por Promocion Del Mes
Tel. 3159202

GIMNASIOS

Aqua Gym
Natación
Av. Solidaridad N° 1177
Col. Nueva Chapultepec
Tel. 315 61 01

RESTAURANTES

Royal Suites y Restaurante
Suites & Restaurante
Avenida Acueducto N° 197
Col. Centro
Tel. 343 06 60

Tacos Chololoy
Tacos al Vapor
Blvd. García de León N° 38 - A
Col. Nueva Chapultepec
Morelia, Michoacán.

Lugano
Restaurante . Bar
Av. Ventura Puente Esq.
Camelinas
Centro de Convenciones N° 1
Tels. 314 89 29 y 324 79 76

Villaló
Club Nocturno · Cafetería · Bar
Jardin Villalongin N° 42
Centro Histórico
Tel. (443) 274 2231

Pepe Gaucho
Asado De Barrio
Enrique Ramirez 420 Int. 1-A
Chapultepec Oriente
Tel 315 55 55

Super Salads
Espacio Las Américas
Área de Food Court.
Tel. 314 51 17

Bikini Bar Day & Night Club
Avenida Juan Pablo II 1957
Tel. **1 47 00 12**

Roosters
Paseo Altozano 2do piso
Tel. **1 47 12 55**

Ciento 37
Calzada Madero oriente #137 Col.
Centro Morelia Mich.
Tel. **3 13 16 16 - 3 13 16 06**
www. hotelcasamadero.mx

Monte Verde
Teniente Alemán #556
Col. Chapultepec Oriente
Tel. **(443) 3 14 67 67**

COMBATE A LA DELINCUENCIA + **ACCIONES SOCIALES Y REACTIVACIÓN ECONÓMICA**

Estrategia de seguridad CONTIGO

Protección a la población.

Michoacán
2012 - 2015
Compromiso de todos